



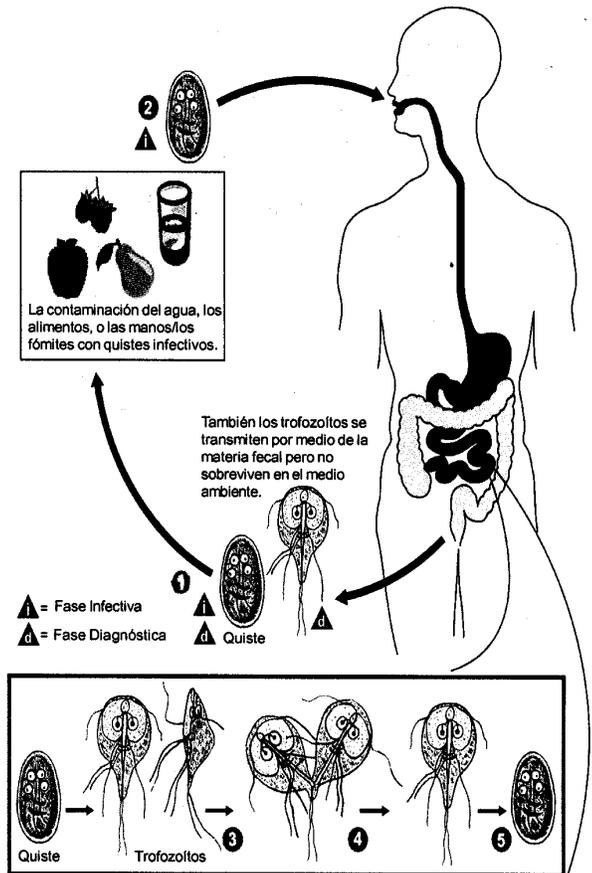
La Giardia

Datos sobre la giardia

La giardia es una infección causada por un parásito llamado *Giardia lamblia*. Las personas infectadas con giardia pueden ser asintomáticas (no tener ninguna señal de una enfermedad) o pueden tener una variedad de síntomas. Los síntomas pueden incluir:

- hinchazón estomacal, gases, eructos
- diarrea o materia fecal suelta (generalmente huele mal)
- dolores abdominales de la parte superior del abdomen
- calambres estomacales
- pérdida de apetito, pérdida de peso, deshidratación
- náusea, vómito
- temperatura baja (poco común)
- problemas al subir de peso si la persona tiene menos de 5 años de edad

Los síntomas comienzan generalmente 1-2 semanas después de que se infecta una persona. Giardia vive en el intestino de seres humanos o animales infectados. La giardia es diagnosticada por una prueba de laboratorio de materia fecal. Las personas de todas edades están en riesgo.



La propagación de la giardia

La giardia se puede propagar de las siguientes maneras:

- Al poner algo en su boca o tragar algo por accidente que se ha contaminado con la material fecal de una persona o animal infectado con giardia
- Tomar agua contaminada con giardia
- Comer los alimentos no cocidos y contaminados con giardia

Tratamiento para la giardia

La giardia se trata con medicina con receta dada por un médico. La giardia a menudo se cura por sí sola, pero si los síntomas persisten, la persona debe ser atendida por un médico.

Otro tratamiento

No utilice medicina que no haya sido recetada para la diarrea y otros síntomas. Es mejor permitir que los parásitos viajen a través del cuerpo y dejen el cuerpo en la materia fecal.

No se olvide

No prepare ni sirva alimentos si usted tiene diarrea.

Si usted tiene diarrea, no vaya a trabajar en:

- locales que ofrecen servicios alimenticios
- sitios donde proveen cuidado para los niños
- clínicas de salud

Cómo protegerse a usted y su familia de la giardia

Practique la buena higiene

- Lávese bien las manos con agua y jabón después de ir al baño y antes y después de manejar o ingerir alimentos.
- Lávese las manos después de cada cambio de pañales.
- No nade o permita que los niños naden, si tienen diarrea.

Evite el agua que puede ser contaminada

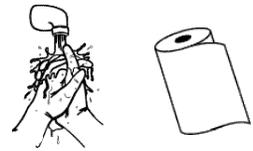
- No trague agua de albercas públicas.
- Evite tomar agua no tratada de pozos, lagos, charcos y arroyos.
- No utilice hielo ni tome agua no tratada al viajar en países donde el abastecimiento de agua puede ser inseguro.
- Si usted no confía en la calidad del agua, hiérvala por lo menos por un minuto.

Lávese las manos después de manejar animales domésticos o limpiar la materia fecal de animales domésticos

- Tanto los animales silvestres como animales domésticos pueden estar infectados con giardia.
- Los animales con giardia pueden tener gas, diarrea y pérdida de peso.

Cómo lavarse bien las manos

- Frótese las manos en las partes de arriba y abajo con jabón por 20 segundos.
- Utilice toallas de papel o toallas limpias de tela para secarlas.
- Utilice la toalla de papel para cerrar la llave del agua en un lugar público.
- Lávese bien las manos después de ir al baño o cambiar los pañales. Limpie el baño con desinfectante. Limpie la palanca y llaves de agua. Mantenga las toallas limpias.



La infección de la giardia es una enfermedad reportable

Si se le diagnostica a usted o su niño con la infección de giardia, su médico dará un informe a la Agencia de Servicios Humanos y de Salud del Condado. Se pueden comunicar con usted para investigar cómo usted se infectó. Esto ayuda a evitar que la enfermedad se propague a otras personas.

Para más información sobre esta enfermedad, vea la página del internet para los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades en www.CDC.gov.

Para reportar giardia en el Condado de San Diego, llame a (619) 515-6620.